

HÄLSA PÅ WEBBEN FÖR GRAVIDA

WILHELMINA EHRNSTÉN

Examensarbete

Vård

2016

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Vård
Identifikationsnummer:	16816
Författare:	Wilhelmina Ehrnstén
Arbetets namn:	Hälsoinformation på webben för gravida
Handledare (Arcada):	Pernilla Stenbäck
Uppdragsgivare:	DeDiWe-projekt
<p>Internet och webben används i dagens Finland allt mer och informationssökning via webben ökar i samma takt. Användandet av webben som källa för information om graviditet kan orsaka missförstånd och feluppfattningar om havandeskapet.</p> <p>Målet med examensarbetet var att granska vad gravida kvinnor hittar för information om graviditet och hälsa på webben och hur tillförlitlig den är. Som sökmotor användes Google och endast webbsidorna på Googles första sida analyserades för att avgränsa resultatet. Utgående från funktionen Google Trends erhöles vilka sidor man söker på mest i relation till ordet "raskaus". Med finska sökord begränsades forskningen till att gälla Finland.</p> <p>Arbetet gjordes inom Arcadas DeDiWe-projekt, vars poäng är att studeranden skall få delta i utvecklandet av eHälsa.</p> <p>Arbetets teoretiska referensram utgjordes av Katie Eriksson syn på hälsa som rörelse och integration samt ordet <i>hälsoinformation</i> i sig självt. Frågeställningen för detta examensarbete var: "Hurdan information hittas på webben om graviditet och hälsa för blivande mammor?"</p> <p>I bakgrundskapitlet presenteras aktuell forskning kring ämnet informationssökning på webben och gravidas användning av och uppfattning om hälsoinformation under havandeskapet. Analysmetoden var induktiv innehållsanalys, granskningen av webbsidorna gjordes kvalitativt och tillförlitligheten kontrollerades genom frågor uppgjorda av Rädda Barnen rf.</p> <p>Resultatet påvisar att webbsidorna kvinnorna besöker inte ger tillräckligt pålitlig information och att hälsofrämjande arbete borde utvecklas och öka för att få internetanvändarna mer medvetna om vilken sorts information och vilka källor de tyr sig till.</p>	
Nyckelord:	Hälsoinformation, gravida, kvinnor, webben, internet, relevans, DeDiWe-projekt
Sidantal:	44
Språk:	Språk
Datum för godkännande:	1.6.2016

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Nursing
Identification number:	16816
Author:	Wilhelmina Ehrnstén
Title:	Health on the Web for expectants
Supervisor (Arcada):	Pernilla Stenbäck
Commissioned by:	DeDiWe-project
<p>The internet and the web are today in active use much more and the information search on the web is more common in Finland these days. Using the web as a source of information during pregnancy can cause misunderstandings and wrong comprehensions of child-bearing.</p> <p>The purpose of this thesis was to sift what kind of information women find on the web about pregnancy and health and how reliable this information is. Google was used as search engine and only websites on Google's first page was analyzed due to demarcation. Based on the function Google Trends the websites most related to the word "raskaus" was derived. By using Finnish words this research demarcates to be valid in Finland. This thesis was part of Arcada's DeDiWe-project, which aim is to include students in developing eHealth.</p> <p>The theoretical frame of reference of this research was composed by Katie Eriksson's view on health being movement and integration and the words <i>health information</i>. The question of issue was: "What kind of information can be found on the web about pregnancy and health for mother-to-be's.</p> <p>In the background-chapter current research on the subject is presented, information search on the web and pregnant women's use and comprehension of health information during pregnancy. The method of analysis is inductive content analysis, the websites were qualitatively sifted and the dependability was verified using questions composed by Save the Children NPO.</p> <p>The result of this study shows that the websites women visit does not present information reliable enough and health-promoting work should be developed and increased to get the internet users more aware of what kind of information and which information source they use.</p>	
Keywords:	Health information, pregnant, women, the web, internet, relevancy, DeDiWe-project
Number of pages:	44
Language:	Swedish
Date of acceptance:	1.6.2016

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Hoitotyö
Tunnistenumero:	16816
Tekijä:	Wilhelmina Ehrnstén
Työn nimi:	Terveystietoa verkossa raskaanaoleville
Työn ohjaaja (Arcada):	Pernilla Stenbäck
Toimeksiantaja:	DeDiWe-projekti
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Suomessa käytetään päivittäin yhä enemmän Internetiä ja verkkoa ja tiedonhaku verkossa lisääntyy samaa vauhtia. Verkon käyttäminen tiedonlähteenä raskauteen liittyvissä asioissa saattaa aiheuttaa väärinkäsityksiä ja tulkintavirheitä.</p> <p>Tämän opinnäytetyön tavoite oli tarkistaa minkälaista tietoa raskaana olevat naiset löytävät raskaudesta ja terveydestä verkossa ja kuinka luotettavaa se on. Hakumoottorina käytettiin Googlea ja vain Googlen ensimmäisellä sivulla olevat verkkosivut analysoitiin rajoittaakseen tulosta. Google Trends-toiminnon avulla saatiin mitä sivuja selataan eniten suhteutettuna sanaan ”raskaus”. Käyttämällä suomenkielisiä sanoja tutkimus rajoitettiin koskemaan Suomea.</p> <p>Työ tehtiin osana Arcadan DeDiWe-projektia, jonka idea on saada opiskelijat osallistumaan eTerveiden kehittämiseen.</p> <p>Työn teoreettinen viitekehys muodostui Katie Erikssonin näkemykseen siitä, että terveys on liikettä ja integrointia sekä <i>terveystietoa</i> itsessään. Tutkimuskysymys oli ”Minkälainen tieto raskaudesta ja terveydestä löytyy verkossa tuleville äideille?”</p> <p>Taustaluvussa esitetään ajankohtaisia tutkimuksia tiedonhaku-aiheesta verkossa ja raskaana olevien käyttö ja käsitys terveystiedosta raskausaikana. Analyysimenetelmänä käytettiin induktiivista sisältöanalyysia, verkkosivujen tarkistaminen tehtiin laadullisesti ja luotettavuus tarkistettiin Pelastakaa Lapset Ry:n tekemien kysymyksien avulla.</p> <p>Tulos näyttää, ettei naisten käymillä verkkosivuilla anneta tarpeeksi luotettavaa tietoa ja että terveyttä edistävää työtä täytyy kehittää ja lisätä jotta saataisiin internetkäyttäjät tietoisemmiksi minkälaista tietoa ja minkälaisista lähteistä he hakevat tietoa.</p>	
Avainsanat:	Terveystieto, raskaana oleva, naiset, verkko, internet, DeDiWe-projekti
Sivumäärä:	44
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	1.6.2016

Innehållsförteckning

1	Inledning	7
2	Projektet DeDiWe	8
3	Bakgrund	8
3.1	Health Literacy - Att förstå det man behandlat	9
3.1.1	Media Literacy	10
4	Tidigare forskning	11
4.1	Val av artiklar	11
4.2	Utvalda artiklar	12
5	Syfte	14
5.1	Frågeställning	15
6	Teoretiskt perspektiv	15
7	Etiska Reflektioner	16
8	Metod	17
8.1	Genomförandet av studien	18
8.2	Google Trends	19
9	Studiens Design	21
10	Resultat	22
10.1	Google Trends	22
10.2	Sökningar på Google.com	23
10.2.1	"Raskaus"	24
10.2.2	"Raskaus oireet"	26
10.2.3	"Raskaana"	27
11	Diskussion	30
11.1	Resultatet utgående från den teoretiska referensramen	30
11.2	Diskussion kring resultatet	31
12	Kritisk Granskning	33
12.1	Arbetslivsrelevans & Framtida forskning	35
13	Källor:	36
14	Bilagor	42
14.1	Artiklarna	42
14.2	Webbsidorna som granskades:	43

FIGURER

Figur 1. Figur över arbetsprocessens gång.....	21
Figur 2. Sökningar med ordet ”Raskaus” under 10 år, 2006-2016.	22
Figur 3. Tabell över resultaten av Google-sökningar.....	29

FÖRORD

Detta år har varit ett mycket innehållsrikt och givande år på alla sätt. Inte nog med att det började chockartat med att Vård13 fick veta att vi nu skall börja göra vårt examensarbete på riktigt, hade vi även 17 veckor praktik i ett kör, under vilken tid man väntades arbeta med sitt examensarbete. Att starta och komma igång var mycket svårt för mig och det kändes svårt att inse allvarligheten i hela situationen. Efter mycket arbete med mig själv, var det äntligen dags vid juletid att börja skriva på allvar och när detta väl skedde kändes det hur naturligt som helst att göra mitt examensarbete. Naturligtvis hade våra gruppträffar för examensarbete en stor roll här för att leda en vidare mot målet.

Lisbeth Översti skall ha mycket tack för att ha varit stödande, sporrande och för alla idéer i början av arbetets gång. Med hennes hjälp kom grunden till mitt examensarbete och därifrån var det lättare att gå vidare i processen. Tack, Lissu!

När arbete ännu kändes lite oklart och jag inte visste helt hur jag skulle gå vidare gav Jonas Tana mig oerhört mycket hjälp och stöd i form av genuint intresse för mitt arbete och med många artiklar och andra väsentliga idéer och tankar kring mitt ämne. Tusen tack, Jonas, för all inspiration du gav mig!

Sist men inte minst har jag min handledare Pernilla Stenbäck att tacka. Hon visade också engagemang för mitt ämne och gav många infallsvinklar och tips åt mig under arbetets gång, vilket fick min motivation att stiga. Tack, Pernilla!

1 INLEDNING

Som blivande barnmorska är graviditet och hur den påverkar kvinnans liv och hälsa ett givet intresseområde och det blev således ett aktuellt ämne för mitt examensarbete. Denna viktiga del av kvinnans liv påverkar henne på många olika plan och att komma fram till vilken del av ämnet arbetet skulle behandla var en aning svårt med tanke på vilka projekt som var tillgängliga för tillfället. I början av denna process hade jag som avsikt att göra en intervjustudie om gravidas egenupplevda hälsa, men pga. de möjliga alternativen tar studien reda på vilka webbsidor gravida kvinnor använder som informationskälla under havandeskapet.

På webben finns oändligt med information till gravida om hur de skall bete sig och vad de får och inte får göra. Det krävs inte mycket för att inse att det inte enbart är rådgivningen, som råder och vårdar de blivande mödrarna utan att dessa dessutom tar inflytande och tips från medierna. Den ökade mängden smarttelefoner ökar sannerligen ytterligare informationssökningen på nätet och kvinnor kan gränslöst hålla sig uppdaterade med senaste nytt på graviditets-fronten (eMarketer, 2014). Kvinnans inre känsla av sin kropp faller i skymundan och man tror att den minsta lilla känningen, "symptomet", är en signal på att man måste kolla upp den och ta reda på vad den är, inte bara låta kroppen sköta sig själv.

Det verkar som om gravida i dagens läge glömmer bort att människan alltid har varit gravid och inte haft tillgänglighet till alla de tester och näringstillskott som är aktuella idag. Graviditeten blir således inte en normal del av kvinnans liv, utan ett ovanligt tillstånd hon måste hitta lättnader till och där hon är mindre duglig eller kapabel än annars.

För att understryka denna teori om gravida idag hittade jag ett blogginlägg på Familjeliv.se, där skribenten är på samma spår och tycker att *Gravida är urlöjliga idag*, och tar upp exempel som att gravida är rädda att äta fisk från "fel" vatten och att man ytterst lätt söker sig till ultraljud om man är ens lite osäker (Familjeliv, 2015).

Syftet med arbetet är att ta reda på vad det är för information som finns på nätet och som gravida mammor gärna läser och tar till sig under havandeskapet. Detta examensarbete leder till fortsatt forskning och meningen är att jag efter detta arbete

skall forska i hur denna information på webben påverkar gravidas självbild, genom att personligen fråga blivande mödrar.

2 PROJEKTET DEDIWE

Detta examensarbete är en del i DeDiWe-projektet, *Developer of Digital Health and Welfare Service*, och är en ny form av undervisningsplan, där man vill lära studerande att utveckla eHälsans tjänster. Projektet baserar sig på ”Learning by Developing”-konceptet, där både personal och studerande inom linjerna för IT, sociologi, ekonomi samt vård tillsammans lär sig i praktiken och man vill således säkra att studierna motsvarar vad kommande arbetsmarknad kommer att kräva. Det färska projektet startade 9.1.2015 och varar till 28.2.2018 och är ett samarbete mellan Finland, Estland och Lettland, där man tillsammans stöder förverkligandet av projektet och således håller utvecklingen av eHealth på i dessa tre länder gemensamt. (Arcada Research, 2015)

Arbetets andel i projektet kommer att handla om att kartlägga webbsidor på ett logiskt sätt och granska tillförlitligheten av dem. Insatsen kommer förhoppningsvis att ha en inverkan på hur man söker information i framtiden och hurdana fakta staten publicerar för folket.

3 BAKGRUND

I detta avsnitt behandlas aktuella frågor beskrivande data från artiklar och böcker, vilka berör ämnet och som förklarar orsakerna till varför arbetet är aktuellt och är av vikt.

Runt om i världen görs det forskning och studier om internets stora användning i hälsorelaterade frågor och det är ingen tvekan om hur stor inverkan webben har i dagens samhälle (Hillis et al., 2013: 3-5). I USA är statistiken för hur många som gått via Google för hälsorelaterad information skyhögt, nämligen fyra femtedelar, samtidigt som 35 % av folket har besökt bloggar, hemsidor och nyhetssidor för att läsa andra personers åsikter och upplevelser av ärenden angående hälsa och medicinska problem (Pewinternet, 2011). Alldeles säkert har siffran stigit under de senaste åren och sannerligen är situationen liknande i Finland, där nästintill 90 % använder internet dagligen (Tilastokeskus, 2015). Av kvinnor i fertil ålder; mellan 16 och 44 år, använder

92 % - 95 % dagligen sig av internet (Eurostat, 2014), vilket säger mycket om medieutvecklingen i vårt land och sannolikheten om att kvinnorna tyr sig till nätet för information om graviditeten. Det som är skrämmande är hur mycket man litar på webben i dagens läge och att man skall hitta relevanta och pålitliga svar där genast (Hillis et al.2013: 5).

3.1 Health Literacy - Att förstå det man behandlat

I det moderna samhället har ansvaret för tolkandet och beslutsfattandet av informationen om hälsa flyttats över till den enskilda individen, som själv måste bearbeta alla fakta om hälsobudskap och -meddelanden och själv ta ställning till vad som är bäst för den egna hälsan och bete och handla i enlighet med det. Det är sedan på samhällets ansvar att se till att det finns möjligheter för individen att få fram den väsentliga och nödvändiga informationen. Det är alltså viktigt för individen att förstå och tolka hälsoinformation själv, samtidigt som man måste begrunda vad det är som styr ens tankegångar och prioriteringar kring hälsa. Det handlar om health literacy, ett relativt nytt begrepp inom hälsofrämjandet, som enligt Ottawakonferensen i Kanada kan förklaras med följande citat, efter översättning av Ringsberg med flera: "health literacy utgör de kognitiva och sociala färdigheter som bestämmer motivation och enskilda individers möjligheter att få tillgång till, förstå och använda information på ett sätt som främjar och vidmakthåller god hälsa". (Ringsberg et al., 2014: 13-24, 78)

Världshälsoorganisationen WHO har jobbat mycket med hälsofrämjande arbete och ett viktigt beslut gjordes på kongressen i Mexiko 2000, där 88 representerade hälsoministrar från olika länder undertecknade ett dokument, där man betonade vikten av att myndigheterna säkerställer att alla sektorer i samhället bör sträva efter hälsofrämjande arbete och social utveckling för en bättre hälsa för alla. (WHO, 2000) I detta arbete kommer jag att granska om Finland hållit sitt löfte efter konferensen i frågan om att utveckla hälsofrämjande sidor på webben åt gravida.

Att den traditionella journalistiken inte har samma mängd följare som tidigare, beror högst antagligen på att vem som helst i dagens läge kan skapa appar eller text på webben och kalla sig experter inom något fält, eftersom de haft erfarenheter av det. Detta gör att människor läser och tar del av dessa "experts" eller prosumers

(blandning av producer och consumer) berättelser och på så sätt utmanas myndigheternas budskap i medierna. Trots detta nya förhållande har förhoppningsvis skribenterna Sandberg och Möllerström rätt i att människor ändå tyr sig till de hederliga medierna i en viss mån och är kritiska. (Sandberg & Möllerström, 2014: 99-100)

Finlands Sjuksköterskeförbund tar tag i saken i sin strategi för elektroniska hälsovårdstjänster för år 2015-2020, där folkets delaktighet i hälsovården beskrivs som en del av framtiden och där folket elektroniskt kan sköta sina ärenden (Sairaanhoitajaliitto, 2016), något som även Framtidsutskottet i riksdagen talar om i sitt ställningstagande om hälso- och sjukvårdens framtid i Finland för år 2015 (Framtidsutskottet, 2006). Enligt Sjuksköterskeförbundet handlar det alltså om att vårdarna lär och stöder folket i denna elektroniska användning, för att utveckla och upprätthålla detta framtida system, som skall vara användarvänligt och ge tillförlitlig information åt allmänheten. Tillika behövs det mångprofessionella teamarbetet, som nämnts tidigare för att skapa ordentliga och lockande webbsidor, som dessutom skall hålla patientsäkerhetskraven. (Sairaanhoitajaliitto, 2016) Det här är en utveckling i rätt riktning och förhoppningsvis skulle detta betyda, att internetanvändarna söker sina fakta från dessa tjänster och inte från Google. Ett av målen i strategin är att lära ut och främja folkets health literacy för att stöda processen med e-Hälsa, vilket betyder mer skolning för vårdarna för att garantera att de i sin tur kan lära patienterna i rätt användning av tjänsterna och hur man kritiskt läser hälsoinformation på webben (Sairaanhoitajaliitto, 2016).

3.1.1 Media Literacy

För att ytterligare spinna vidare på health literacy har begreppet media literacy skapats, där det specifikt rör sig om att kritiskt behandla informationen man tar del av i media och göra beslut på basen av det. Detta är utmaningen idag, då vem som helst kan ladda upp material och läsaren alltid borde fundera varför, i vems intresse, från vilket perspektiv och sist men inte minst varför någon skriver/laddar upp något i medierna. (Potter, 2014:4-5, 25)

Något mediakonsumenter bör ha i bakhuvudet är att media inte ger en bild av verkligheten, utan enbart ger en sida av den. Samtidigt påverkar även medierna oss genom att berätta om för oss vad vi skall tänka på och vad som är viktigt och aktuellt just nu, genom att mata oss med information om något, fastän ämnet kanske har existerat länge redan, men man inte haft egna erfarenheter av det och således orsakas scoop som tilltalar konsumenten. (Sandberg & Möllerström, 2014: 105,109) I mitt arbete granskar jag hurudan sida av sanningen som hittas på Google och således vad kvinnorna läser om den.

4 TIDIGARE FORSKNING

Härefter presenteras tidigare forskning och artiklar kring ämnet informationssökning på webben och de källor kvinnor använder sig av för att hitta information om hälsa och graviditet.

4.1 Val av artiklar

För att få aktuella fakta om ämnet sökte jag vetenskapliga forskningar på olika databaser. Sökningen gjordes på sidor tillgängliga för Arcada-studerande: PubMed, EBSCO Cinahl, Science Direct, Sage Journals samt Google.scholar.com. Sökorden valdes för att passa in i arbetet och för att jag skulle få tillförlitliga artiklar.

Inklusionskriterier för de medvalda artiklarna var:

- Relevanta för detta arbete, dvs. berör informationssökning på nätet av friska människor, utan specificerade diagnoser eller andra symptom.
- Behandlar kvinnor med normal graviditet och tiden före och under graviditeten.
- Högst tio år gamla.
- Tillgänglig i fulltext.

Exklusionskriterier av artiklar var:

- Artiklar på annat språk än engelska, finska och svenska.

- Irrelevanta för arbetet, dvs. behandlade inte temat på något sätt, som t.ex. kvinnor med cancer eller annan sjukdom, depression under graviditet, utvecklingsläanders mödravård,
- Graviditet med komplikationer eller annat som avviker från normal graviditet.
- Tiden efter graviditet.

4.2 Utvalda artiklar

Efter att ha genomsökt de olika databaserna blev det endast artiklar från PubMed och Google Scholar som utnyttjades i detta arbete. Orsaken till detta är att samma artiklar förekom på olika databaser, artiklarna inte fyllde inklusionskriterierna och att PubMed framstod med mycket lämpliga artiklar över lag.

Som sökord på PubMed användes först ”searching for health online AND women”, vilket gav 15 resultat över högst 10 år gamla artiklar och tillgängliga i fulltext, varav sex väsentliga artiklar tas upp här. Från PubMed länkades ibland Fulltexten till en annan websida, vilket syns i källförteckningen, samtidigt som nya nyttiga källor hittats via undersökningarna som hittades på databaserna.

Även om människor är mer upplysta om saker och ting och har obegränsat med information om vad som helst, är det ändå oroväckande ifall informationen feltolkas och missförstås på människans bekostnad (Powell et al., 2011). Enligt Powell et al. surfar kvinnan på nätet oftare än män i jakt på hälsorelaterad information (Powell et al., 2011) och detta stöds av en amerikansk undersökning från 2009 om statistiken av hälsorelaterad aktivitet på internet, tillika som den gav anslag för att personer med kandidatexamen eller högre examen oftare sökte hälsoinformation på internet (Atkinson et al., 2009). En tysk forskning från 2012 kom till samma resultat, om skillnaden mellan könen i frågan om hälsosökning på internet, i en undersökningen inkluderande 958 informanter. Resultatet från forskningen tyder på att kvinnor oftare än män tyr sig till internet och sökmotorer, som Google och Bing, samt besöker bloggar och forum för att leta reda på hälsorelaterad information. I undersökningen kom man även fram till att kvinnor är mer medvetna om sin hälsa och kost än män, kvinnorna använder nätet till hälsorelaterade frågor pga. sociala och

underhållningsfaktorer och de anser sig få mer nytta ut av de resultat de hittar på nätet än vad män gör. (Bidmon & Terlutter, 2015) Då dessutom 95 % av gravida i en italiensk forskning söker fakta om graviditet på nätet (Bert et al., 2013) finns det ytterligare motiveringar för att granska denna information de sannolikt tar till sig. Forskare har även fått resultat som tyder på att australiensare, som använder Internet med mindre sannolikhet har varit med om abort eller har barn (Rowlands et al., 2015), vilket man kan spekulera om det har att göra med att man innan och under graviditeten besöker internet för hälsoinformation och att man efter födseln har mindre tid för internetsökningar.

I en amerikansk forskning, som tar fasta på Health Literacy och hur kognitiv förmåga påverkar hälsosökningarna på internet bland 323 informanter bland 35-åringar och äldre, stöds fyndet från ovannämnda forskningar om att högre utbildning ger bättre resultat bland sökningarna, samtidigt som kvinnor har bättre visuell förmåga och klarar sig bättre i hälsofrågor gällande synliga företeelser. När det gällde kognitiv förmåga, var det klart att de med kognitiv-självständig förmåga, dvs. de som kan urskilja fakta från bakgrunden och är mer analytiska, är bättre än de kognitiv-känsliga i sökningarna. Kognitiv-känsliga personer är inte lika strukturerade i sina sökningar som kognitiv-självständiga och har svårare med att urskilja saker ur sitt sammanhang, tillika som de påverkas mera av färg och design. Då internetsidorna är olika och presenterar fakta kan vissa sidor vara sämre eller bättre för vissa personer, beroende på dessas kognitiva förmåga. Ju mer komplex en webbsida är desto svårare har en kognitiv-känslig person att förstå innehållet. (Agree et al., 2015)

Med sökorden "information search online AND women" hittades 32 artiklar, som var gjorda inom tio år och tillgängliga i fulltext. Många samma artiklar som i ovanstående sökning dök upp, men även några nya nyttiga hittades. I en amerikansk undersökning ville man ta reda på vad kvinnor söker för hälsorelaterad information på Google 2012-2013 och man kom fram till att *pregnancy* var det mest sökta ordet i månaden med över en halv miljoner sökningar åtföljt av *HPV* och *abortion*. Forskningen påminner om denna, vilket gör den mycket relevant för detta arbete, samtidigt som den lyfter fram problematiken med internetanvändningen bland kvinnorna och hur detta möjligen bildar en brist i kunskapen om kvinnornas hälsorelaterade problem mellan patient och läkare. (Baazeem & Abenhaim, 2014)

Enligt en fransk forskning, om särdragen hos 15-30 åringar och deras hälsoinformationssökande på internet, söker endast 50 % av fransmännen information på webben om hälsa och 80 % av dem anser information vara trovärdig i motsats till de icke-användande, där upptill 67 % ansåg att fakta på nätet inte är tillförlitligt. Undersökningen angav även att gravida kvinnor och de med åtminstone ett barn var oftare på internet för att söka hälsoinformation än de som inte var i samma livssituation. (Beck et al., 2014)

Efter sökning på Google.scholar.com med orden "what pregnant women searches online" och med tidsgräns på 10 år dyker det upp tusentals resultat, men bland de första resultaten hittades en artikel från The Royal College for Midwives, där man 2009 gjort en litteraturstudie om gravida kvinnors internetanvändning under havandeskapet. Studien inkluderar 18 artiklar som alla är publicerade före 2006, vilket gör att de inte hittats genom mina sökningar. Viktiga resultat dyker upp i artiklarna som analyseras, bland annat att kvinnor använder internet för att söka stöd under graviditeten och bekräfta symptom eller grämande frågor man snabbt vill ha svar på. I en av de analyserade artiklarna hade endast 28 % av de 329 frågade kvinnorna använt sig av internet, då informationen från professionella inom vården samt från närstående var tillräcklig. Men eftersom forskningen var från 2004 kan man anta att tillgång till internet var mindre då vilket gör det låga antalet. Att läkare observerat och reagerat på missvisande internetfakta som gravida presenterar på mottagningarna är en mycket viktig poäng i forskningen. (Lagan et al., 2006)

5 SYFTE

Syftet med detta arbete är att ta reda på vad blivande mammor hittar för information om graviditet och hälsa på webben. Varför det är meningsfullt att göra detta arbete är att internetanvändningen hör till vardagen hos människor idag (Tilastokeskus, 2015) och det är väsentligt att få reda på vad det finns där och specifikt vad dagens gravida hittar för information. Med det resultat som fås kan man se hur väsentliga sidor de blivande mammorna besöker och hur mycket av den informationen de läser som är relevant och sanningsenlig.

Meningen är även att man med hjälp av det resultatet kan utföra vidare forskning på området för att bättre förstå hur denna information påverkar gravidas hälsa och självbild.

5.1 Frågeställning

Frågeställningen för arbetet är: Hurudan information hittas på webben om graviditet och hälsa för blivande mammor?

6 TEORETISKT PERSPEKTIV

Arbetet går ut på att kartlägga den information gravida hittar på nätet om hälsa och två olika perspektiv på frågan valdes. Den mer filosofiska och moraliska ståndpunkten kommer från Katie Erikssons syn på hälsa som teoretiskt perspektiv. Under skribentens studietid har Eriksson blivit bekant och efter att ha undersökt Erikssons många syner och aspekter kring hälsa ansågs hennes premisser passande för denna forskning och de kan appliceras på ett bra sätt till sammanhanget och valdes därför med.

Eriksson berättar om hälsans lagar och dess premisser, dvs. utgångspunkterna för vad hälsa består av. I detta arbete kommer det att tas fasta på premisserna om att "Hälsa är rörelse" och "Hälsa är integration", vilka Eriksson kommit fram till efter tidigare forskning och som går att ansättas i både det teoretiska och praktiska hälsobegreppet (Eriksson, 2000:26).

Eriksson beskriver rörelsen i hälsan genom att människan ständigt är aktiv, föränderlig och rör sig i sina olika spektrum; tid och rum och mellan potential och aktual, som härstammar från Aristoteles metafysik. Viktigt med denna premiss är även att människan är ansvarig för sig själv och hur hon är som hälsa. Hälsans rörelseriktning beror på behoven och begären hos människan, samtidigt som hon pendlar mellan adaption och progression. (Eriksson, 2000:26–27)

Integrationen och hälsans samband, grundar sig i den integrerade helheten av att människan *är* hälsa. Denna premiss utvecklar andra utgångspunkter, som står för att integrationen sker på människans olika nivåer beroende på hennes situation och

mognad och att den är målmedveten. Integrationen sker ständigt och det uppstår ett samspel mellan integration och desintegration (upplösning), som pågår jämnt desto mer komplex människan är och mer erfarenhet hon har. (Eriksson, 2000:27–28, 70) Integrationens riktning är strävande och vill nå förbättring, människan vill utnyttja sin potential. För att kunna integrera krävs att människan är medveten om hur saker och ting fungerar. Således har man genom sin medvetenhet och kunskap känsla av mening och makt, vilket i sin tur påverkar integrationen och här uppstår följaktligen en växelverkan med makt, känsla av betydelse och integration. (Eriksson, 2000:69, 71)

Som det andra, mer teoretiska perspektivet, hittades *hälsoinformation*. Organisationen iHealth Coalition vill få standard på hälsosidor på webben och har gjort upp kriterier för dessa sidor. Här beskrivs *hälsoinformation* som all information som berör hälsa, med allt från upprätthållande av sin hälsa, förebyggande och skötande av sjukdom, fakta om hälsovård, att göra beslut om hälsoprodukter och service för hälsa. Tillika med text räknas även bilder, videon och ljud hit och dessutom eventuell interaktivitet läsaren och skrivaren i mellan. Sammanfattningsvis all information om hälsa, som underlättar läsaren eller hälsoanvändaren att förstå och göra beslut om sin egen hälsa. (eHealth Ethics Initiative, 2000)

Dessa två perspektiv stöder denna forskning från två olika vinklar på ett positivt sätt och ger en vårdvetenskaplig infallsvinkel på den.

7 ETISKA REFLEKTIONER

Under detta kapitel behandlas etiska aspekter för forskningen och varför dessa är viktiga.

Den forskningsetiska delegationen i Finland har lagt ut grundläggande utgångspunkter på vilka forskningen skall utgå ifrån, vilket även detta arbete utgår ifrån. Det handlar om att följa god praxis under forskningens gång och då bör man alltså som skribent ha forskningstillståndet i skick och ett officiellt dokument på forskningsprojektets art med underskrift skall finnas. Det är grundläggande att arbeta öppet och dokumentera alla faser i ens arbete för att kunna bevisa hur man kommit fram till sina resultat. Man skall vara noggrann, göra grundlig undersökning och bekräfta sin kunskap av forskningsområdet för att validera sina resultat, samtidigt som man måste vara ärlig

och berätta om forskningens svaga punkter och eventuella brister. (Forskningsetiska Delegationen, 2012)

Till god vetenskaplig i forskningen hör även att ange sina källor och hänvisningar korrekt och felfritt, för att klart och tydligt visa vad man själv kommit fram till och vad som baserar sig på andra forskares resultat. Förvarandet av sin information och sina resultat skall också vara säkra och inte tillgängliga för någon annan än forskaren själv och dennas handledare. (Forskningsetiska Delegationen, 2012)

I detta arbete är det speciellt att nämna alla källor och hemsidor regelrätt utan att glömma censurera personligheter, som eventuellt framkommer på hemsidorna. Men är det dock frågan om en blogg eller någon som inom sitt yrke ger expertis, på en sida öppen för allmänheten är det tillåtet att nämna författarna på dessa. Slutligen är det essentiellt att poängtera att ansvaret för forskningen ligger hos skribenten, men också yrkeshögskolan och vetenskapssamfundet har en del av ansvaret för att denna forskning lyder de ovannämnda utgångspunkterna för en vetenskaplig forskning (Forskningsetiska Delegationen, 2012).

8 METOD

I detta kapitel beskrivs vilka metoder som använts i denna studie och varför de valts. Detta kapitel är viktigt då skribenten skall redovisa för hur hon kommit fram till sitt resultat och utgående från vilken metod så, att andra skall kunna bedöma processen samtidigt som man skall kunna komma till samma resultat med den metod skribenten använt sig av (Bergeling & Tebelius, 1987:138–139).

Eftersom syftet med arbetet är att göra en granskning av vilken information blivande mammor hittar på webben, är en kvalitativ innehållsanalys nödvändig att göra. I motsats till induktion är det inte meningen att utgå ifrån en teori som skall prövas i empirin, vilket deduktiv metod handlar om (Skoglund, 2012), utan det är frågan om att forska i empirin för att komma närmare någon sorts teori. Induktivt måste idéerna i ett konkret material redovisas och logik och härledningsförmåga bör användas (Janhonen & Nikkonen, 2001:24). Det är alltså aktuellt att använda en induktiv metod i detta arbete.

Man kan eventuellt jämföra arbetet med vad lektor emeritus Hans Rosing berättar i sitt kursmaterial i grundkursen för logik, dvs. att man genom induktion från experiment får säkra resultat. I och för sig beskriver han experiment som ett prov i laboratorieförhållande, men i detta arbete blir det att genom prov granska informationen på nätet och se vilka resultat som fås, vilket liknar Rosings förklaring på induktion. (Rosing, 2006: 71-72)

Weber talar om att man med hjälp av innehållsanalys kan forska i kommunikation på olika nivåer och i mitt fall är det aktuellt att beskriva grupper och individers sociala anknytningar samt innehållet i kommunikationen (Janhonen & Nikkonen, 2001:22). Med det avses att det finns en sorts kommunikation mellan människor och internetsidans utgivare och i detta arbete beskrivs vad användarna av internetsidorna får ut från nätet: Vad är innehållet i materialet?

För att bättre organisera resultaten och granska dem använder jag kvalitativ innehållsanalys. Enligt Enberg börjar man med att få ner materialet i mindre bitar, så det blir mer begripligt och förståeligt samtidigt som man utgående från analysen försöker plocka ut det väsentliga ur samplet och göra upp synteser utgående från det. Först gäller det att se på helheter och skriva ner förståeliga ord, medan man efter mycket sökning använder selektiv kodning för att hitta de övergripande mönstren i samplet och på så sätt börjar man bestämma sig för vad som skall tas med och samtidigt vad som skall väljas bort. Efter att hela analysen är klar och mönstren är upptäckta återstår att bestämma var resultatet platsar i förhållande till annan forskning och vilka teorier som går att tillämpa på resultatet. (Enberg, 2013)

I detta arbete används kodning i den bemärkelsen att jag skriver ner webbsidorna i Excel-tabeller tillika med nödvändig information om webbsidorna. Efter noggrann granskning av webbsidorna utvärderar jag tillförlitligheten hos dem.

8.1 Genomförandet av studien

Användning av Google som sökmotor i mitt arbete känns självklart, eftersom den är den vanligaste och mest använda av dem alla (eBizMBA, 2016). Valet av sökord för arbetet väljs fram på ett logiskt sätt genom användning av Google trends, som får en

vidare förklaring nedanom. Sökningen görs på finska för att begränsa forskningen till vårt land. Inklusionskriterier är allt från bloggar, diskussionsforum, organisationers hemsidor till verkliga hälsofrämjande vinstfria sidor. Jag granskar också enbart det som Google ger som alternativ på första sidan, eftersom det enligt forskningar är bara runt fem procent av dem som surfar på Google som klickar sig vidare till nästa sida (Petrescu, 2014). Annonser som dyker upp på sidorna räknas inte med i denna forskning.

För att evaluera trovärdigheten hos webbsidorna används frågor konstruerade av hemsidan för föreningen *Rädda barnen rf*. Frågorna är här något modifierade för att lämpa sig bäst i sammanhanget:

- Vem? Vem har skrivit innehållet och hittar man information om upprätthållaren av webbsidan? Är det en person eller organisation som upprätthåller den? Hurdana åsikter och synvinklar framförs på sidan?
- Varför? Vad är syftet med webbsidan? Är sidan kommersiell och finns där reklam?
- Var? Var upprätthålls sidan?
- Vad? Hurdan information ger sidan? Verkar den vara pålitlig eller märker du motstridigheter till din egen kunskap? Fattas relevant information på sidan? Länkar sidan till tillförlitliga sidor?

(Rädda barnen rf, 2016)

Sidorna presenteras i ordning enligt Googles resultat och klassas sedan enligt trovärdighet och sammanförs slutligen i en tabell.

8.2 Google Trends

Google har skapat en funktion, där man kan ta reda på vad som är mest sökt på Google för tillfället. De Top-tre sökningarna i Finland för år 2015 är Iltalehti, Facebook och Iltä-Sanomat. Man kan även begränsa och specialisera sökningarna för att se var, hur många och vilken tid på dygnet man söker på vissa sökord. Med funktionen Find related searches kan man granska med vilka påföljande ord man gör mest sökningar. De mest sökta meningarna inledande: ”Miten tehdään...”, är ”Miten tehdään lapsia?”, vilket är en rolig nämnvärd detalj passande arbetets kontext. Efter varje sökning ger funktionen Related searches de mest använda sökorden i samma sökomgång som det

ord man valt att söka med. (Google Trends, 2016) Genom att utnyttja Google trends med begränsning på Finland de senaste 10 åren och med ordet ”raskaus”, fås vilka sökord som är mest populära och således vad kvinnorna använder för sökord i sökmotorn.

Något mycket essentiellt man bör veta om Google Trends är att utfallet man får alltid minskar ju närmare nutiden man kommer, eftersom mängden totala sökningar ökar konstant i takt med att mera människor har tillgång till internet och Googlar allt mer. Man kan således inte säga att man söker mindre om graviditet på Google än förr, men proportionellt sett med alla sökningar som görs överlag är antalet sökningar med ordet ”raskaus” färre än 2006.

9 STUDIENS DESIGN

Under denna rubrik presenteras arbetes gång schematiskt med hjälp av figurer. Inom rutorna beskrivs varje steg i processen, när de skett och vad som hände då. Storleken på rutorna tyder på längden på respektive steg i processen och färgen representerar hur det kändes för skribenten att jobba med varje fas.



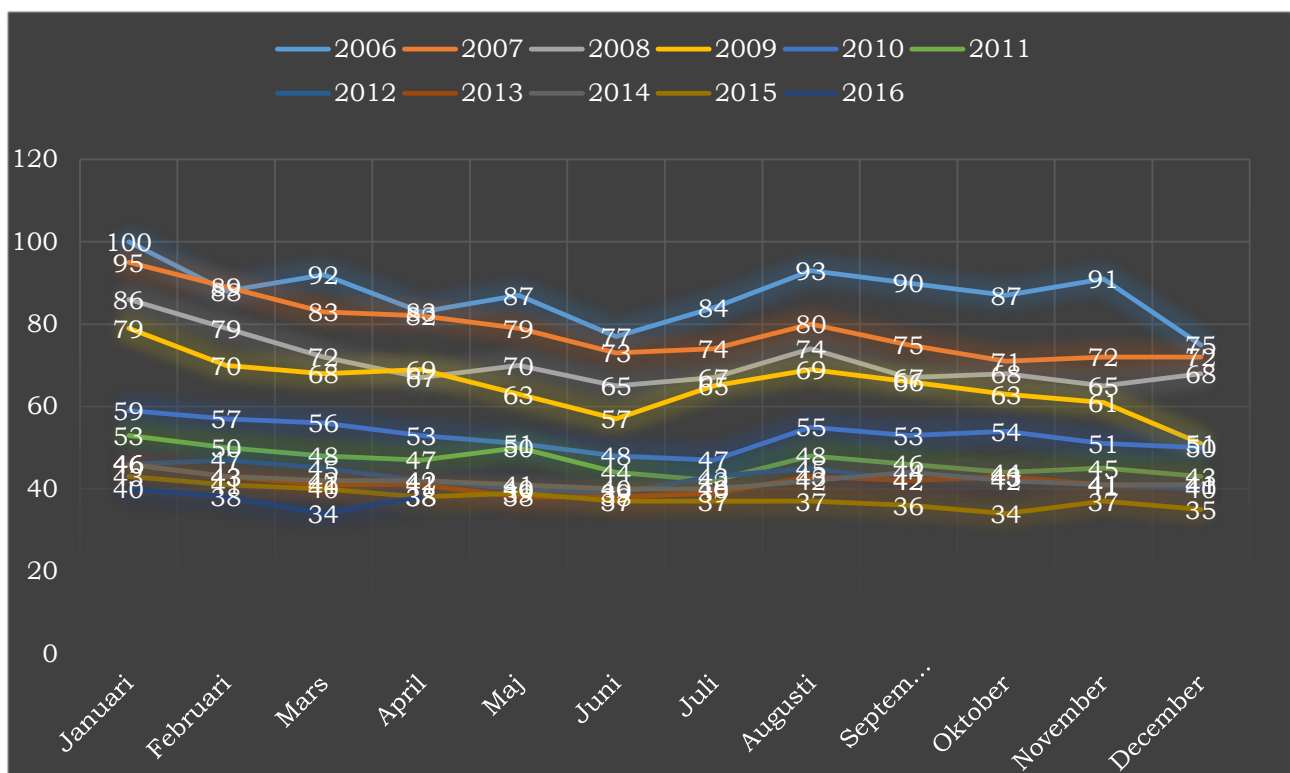
Figur 1. Figur över arbetsprocessens gång.

10 RESULTAT

Under denna rubrik presenteras forskningens resultat, som fåtts efter att först tagit reda på vad man använder sig av för sökord på Google med hjälp av Google Trends och därefter görs sökningar i sökmotorn med de använda sökorden, vilket består av den andra delen av resultatet.

10.1 Google Trends

Enligt Google Trends har man under de 10 senaste åren sökt mest på ordet ”raskaus” år 2006. År 2011 var andelen sökningar 54 % av maximi antalet och 2016 hade de sjunkit ner till 40 % av rekordet. När man granskar kurvan för de senaste 10 åren, lägger man tydligt märke till topparna och dalarna på grafen (se figur 1); mängden sökningar stiger vartenda år i januari och augusti, och dyker vid sommarmånaderna. Man kan fundera om detta har att göra med säsongerna, dvs. att man efter hektiska tider som jul och sommarledigheter igen har tid att tänka på barn och graviditet.



Figur 2. Sökningar med ordet ”Raskaus” under 10 år, 2006-2016.

Funktionen Related Searches anger, att ordet "raskaus" under de senaste 12 månaderna förekommer oftast i kombinationen "raskaus oireet" (100), vilket följs av "raskaana" (55), "kuukautiset raskaus" (35), "kohdunulkoinen raskaus" (30) och "raskaustesti" (25). På delad sjätteplats av kombinationer finns "raskaus ruokavalio" (20) och på sjunde plats "raskaus blogi" (15), något som ger inblick i vad dagens finländare grubblar över under eventuell graviditet. Siffran inom parentes ger mängden sökningar i förhållande till det mest sökta med 100.

I förhållande till sökningar på "raskaus" används "raskaus oireet" i skala 17:1 i medeltal för samma tid över 12 månader, vilket berättar om skillnaden i frekvensen med sökorden i sökmotorn. Dessa två sökningar ger inte parallella utfall, dvs. skillnaderna i kurvan går inte i samklang med varandra. Samma fenomen gäller för alla ordkombinationer nämnda ovan; inga sökningar korrelerar med "raskaus" i frågan om frekvens. Efter försök på både Statistikcentralens och Institutet för Hälsa och välfärd THL:s webbsidor, hittades ingen statistik över födselar per månad, vilket skulle ha varit intressant för att kunna jämföra med sökfrekvensen på Google.

Med hjälp av funktionen Rising kan man se ökande trender och när det kommer till sökningar kombinerat med "raskaus", har "lakritsi raskaus" stigit med 90 % de senaste 12 månaderna. "Maija Vilkkumaa raskaus" och "thl raskaus" har stigit med 60 %, samtidigt som "kierukka raskaus", "melatoniini raskaus" har stigit med 50 % och "lämminsavulohi raskaus" har stigit med 40 %. Dessa utfall förtydligar ytterligare vad man är intresserad av i Finland idag och vad man tänker i frågan om graviditet.

10.2 Sökningar på Google.com

De ord som används i sökningen på Google.com är baserade på ovanstående resultat. Första sökningen görs med ordet "raskaus" påföljt av "raskaus oireet" och sist "raskaana". Endast dessa tre ordval används i sökningen eftersom de övriga används i en så pass liten grad jämfört med de tre ovanstående, vilket kan ses i siffrorna under föregående rubrik. Den första utförda sökningen på "raskaus" gjordes 21.4.2016.

10.2.1 ”Raskaus”

Den första webbsidan som dyker upp på Google.com med ordet ”raskaus” är sidan *vau.fi*. Man märker redan vid första ögonkastet att detta inte är någon officiell sida gjord av någon känd organisation. Sidan överflödar av reklam och man kan snabbt klicka sig vidare till forum, där mammor skriver om vad som händer i deras liv just nu men här finns även artiklar baserade på vetenskapliga fakta, men skribenterna är inte experter inom området då de är journalister. Man kan också köpa barnböcker eller gå med i bokklubbar via webbsidan. Klickar man på ”Tietoa Meistä” beskrivs *vau.fi* som en sida för väntande och familjer med barn, där man vill ha stöd och hjälp av experter. Sidan publiceras av det norska barnboksförlaget Sandviks och har arbetspartner som Felicitas-Kliniken, Mehiläinen-koncerner och Yliopiston Apteekki. Sidan har en redaktör, en journalist och en som upprätthåller forumet. *Vau.fi* är således inte så trovärdig men innehåller evidensbaserad information i någon mån. Läsaren ser ändå inte genast vilka artiklar och upplägg som är pålitliga, utan man hamnar klicka upp dem för att se vem som skrivit och ibland saknas författare helt. I vissa fall är ursprungskällan till texten någon annan nyhetssida eller blogg. Webbsidan har eventuellt det innehållet och utseendet många mödrar och blivande föräldrar vill ha, eftersom den är första sidan efter Googlesökningen men den är verkligen ingen pålitlig källa för mödrar.

Terve.fi är den andra webbsidan och även den upprätthålls av ett företag, Oma Terveys Oy men denna av finnar för finnar. Sidan har reformerats detta år för att sammanslås med *Tohtori.fi*, vilket gör den mer evidensbaserad (Terve.fi, 2016). Läsaren får förslag på artiklar och undersökningar, men alla gånger är det inte lätt att se vilka referenser som används; det kan vara frågan om en journalist som hänvisar till Wikipedia eller en officiell undersökning som presenteras. Efter varje artikel kan läsaren lägga till en kommentar, men dessa filtreras från spam genom en dataskyddsdeklaration upprätthållen av *Mollom* (Mollom, 2014). Läsaren kan mot betalning få svar på en fråga av en expert direkt via Chat eller genom att fråga en läkare (”Kysy asiantuntijalta”), eller annan professionell som svarar på frågan efter hand. Läsaren kan även boka tid till en läkare eller läsa om de senaste läkemedelsrönen via ”Lääkeopas”. Det som gör sidan mindre trovärdig är webbsidans reklam, som kan vara allt från städningsfirmor, hudprodukter till elektronikaffärer. Visserligen är det

förståeligt att sidan måste finansieras på något vis, men det går ut över läsarens tillit till *terve.fi*.

Den tredje webbsidan är *raskausaika.info*, som kallar sig en informationsbank för blivande föräldrar eller familjer. En reklam finns, som antagligen stöder upprätthållande av sidan. Via länkar tipsas det om andra webbsidor, exempelvis de ovannämnda, för gravida och familjer. Det som gör sidan opålitlig är att det inte finns några data om upprätthållaren; all information om vem som skriver och var uteblir för läsaren, vilket gör denna webbsida otillförlitlig.

Den fria encyklopedin *Wikipedia* levererar på fjärde plats. Som väl känt kan vem som helst lägga upp information på databasen, men informationen måste hänvisas till andra källor samtidigt som innehållet granskas av de 39 upprätthållarna av finska Wikipedia (*fi.wikipedia.org*, 2016). Faktumen om graviditet på Wikipedia är pålitliga utgående från referenserna även om den utgående från *yle.fi* är tveksam. Men efter granskning är Yle:s källa BBC, British Broadcast Company, vars källa är forskare från Oxford och Bristol University, vilket avgör validiteten i Wikipedias information.

De två påföljande webbsidorna leder en till *Terveyskirjasto.fi*, där Finska Läkarförbundet Duodecim och förlaget Kustannus Oy Duodecim publicerar evidensbaserade artiklar, som grundar sig på internationella vådrekommandationer och läkarnas handböcker. Det finns ingen tvekan om validiteten på denna sida, eftersom den är oavhängig, följer den finska dataskyddslagen och uppdaterar sitt innehåller i takt med ny forskning. (Terveyskirjasto, 2015) Den första sidan behandlar en artikel om normal graviditet och den andra om graviditet och rusmedel, båda artiklarna är skrivna av samma specialläkare inom kvinnosjukdomar och förlossning. Således kan poängteras att dessa två webbsidor är de första som får godkänt och är tillförlitliga sidor för gravida och mödrar att läsa.

Den engelska sidan av *Wiktinary*, dvs. öppen ordbok baserad på samma frihet som Wikipedia, är den sjunde webbsidan Google ger. Sidan beskriver det finska ordet ”raskaus” och hur man böjer det. Huruvida sidan ger mycket åt en gravid är inte sagt och anses i sammanhanget omotiverad.

Den nästsista webbsidan är *vauva.fi*, som upprätthålls av företaget Sanoma Media Finland Oy. Sidan är jämförbar med den första, *vau.fi*, och ger både tips, råd, möjlighet till delade erfarenheter samt kunskap och information av experter. Webbsidan är

kommersiell och man kan köpa tidningen *Vauva* via den, tillika som reklamer finns överallt. Både bloggar och forum finns samt sporrande inlägg för hur man skall klara sig som förälder. Webbsidan har mycket att erbjuda men är inte evidensbaserad.

Google ger som sista sida på sökningen ”raskaus” *HUS.fi*. Men det är inte frågan om hälsoinformation överlag, utan en funktion HYKS erbjuder, dvs. *fråga barnmorskan* (”Kysy kättilöltä”). Man kan ställa frågor om graviditet och födsel och svaret fås inom två till fyra veckor av en expert, antingen en barnmorska eller en specialläkare i kvinnosjukdomar och födsel. Svaren på frågorna är således pålitliga och således godkänns sidan som tillförlitlig för läsaren.

10.2.2 ”Raskaus oireet”

”Raskaus oireet” var alltså sökordet som valts efter Google Trends funktion och vad man mest söker på relaterat till ”raskaus”. Denna sökning gjordes 25.4.2016.

De två första resultaten på Google.com med sökning på ”raskaus oireet” leder läsaren till *vau.fi* och båda är skrivna utan referenser och av en vanlig journalist, alltså är validiteten av innehållet i texten inte hög.

Den tredje webbsidan är *terve.fi* och skribenten hänvisar till en amerikansk sida vid namn BabyCenter, vars text är skriven och granskad av direktionen för BabyCenter där barnläkare, obstetriker, psykologer och barnmorskor jobbar (Babycenter, 2016). Således kan läsaren ha större tillit till denna sida, men då reklamer fortfarande tar största delen av den, skribenten använder ett långrandigt språkbruk och man hänvisas till att göra ett online graviditetstest minskar trovärdigheten dock markant.

Innehållet av den fjärde webbsidan består av en diskussionsspalt på *meidanperhe.fi*, där vem som helst med användarnamn på sidan får kommentera en påbörjad fråga. Det handlar endast och enbart om kvinnors egna erfarenheter, vilka har lämnat in totalt 37 svar på frågan om graviditets symptom. Meidän Perhe är en underrubrik och tema på sidan *vauva.fi*, och drivs som tidigare nämnts av Sanoma Media Finland Oy, som är ett vinstbringande företag.

På den femte webbsidan får läsaren åter igen ta del av en diskussion, som förs på *kaksplus.fi* diskussionsforum. Otavamedia Oy är upprätthållaren av forumet, som är tillgängligt för alla som registrerar sig som användare på sidan och menat främst för

familjer och blivande mammor (kaksplus, 2016). Det är således självklart att denna sida inte har någon validitet över huvud taget.

Voice.fi erbjuder den sjätte webbsidan och innehåller information om hur man skall känna igen graviditet innan graviditetstestet görs. Skribenten är en journalist och som källa anges en ovetenskaplig amerikansk sida för föräldrar: *parenting.com*. *Voice.fi* hör till Bauer Media Oy och producerar musik, underhållning och livsstilsråd för 20-39 åringar enligt deras webbsida (*voice*, 2016) och har ingen hög validitet.

Den sjunde sidan är också ett diskussionsforum och denna gång från tidningen Anna:s webbsida. Anna ägs även den av Otavamedia Oy. Innehållet på denna webbsida har ingen tillförlitlighet, då det är frågan om kvinnors egna erfarenheter om graviditetstest från 2008.

Sidan *vauva.fi* är åttonde på listan och här är det åter igen en diskussionsspalt som presenteras. Debatten har öppnats 2006 och fortsätter till 2015 med 17 inlägg. Än en gång har Google försett läsaren med opålitlig information.

Läsaren leds till *iltasanomat.fi* för att läsa om graviditetssymptom. Författaren är en journalist, som hänvisar sin text till den amerikanska Mayo Clinic, som är en vinstfri organisation med mål att ge pålitlig information om hälsa och undervisning åt folket. Ursprungskällan till texten är alltså skriven av experter, men då läsaren tyr sig till kvällstidningen Ilta Sanomat, som också hör till Sanoma Media Finland Oy, är tillförlitligheten inte särskilt hög.

Den sista webbsidan Google listar är *vauva.info* och läsaren får åter ta del av ett diskussionsforum om graviditetstest. *Vauva.info* är ett privat, finsk oberoende grupp som upprätthålls med intäkter från reklam och ägs av Centauri Media. Sidan är menad för registrerade medlemmar att fritt diskutera kring föräldraskap med mera och läsaren erbjuds andra tjänster inom ämnet. (*vauva.info*, 2016)

10.2.3 "Raskaana"

Många av de webbsidor Google listar upp med sökordet "raskaana" är de samma som med "raskaus" och "raskaus oireet". Denna sökning gjordes 26.4.2016.

De fyra första sidorna står vau.fi för och det handlar om hur man skall när man skall ta graviditetstest, hur pålitliga de är, vad som händer i kroppen vid graviditet, en räknare för graviditetsveckorna och hur fostret utvecklas, hemsidans egna online graviditetstest och en sida med länkar till artiklar och aktuella historier om att vara gravid. All information och allt innehåll har således inga pålitliga referenser.

Samma sida om graviditet av Wikipedia är den femte upplistade webbsidan. Den sjätte sidan är också en tidigare nämnd, dvs. terve.fi webbsida med information om graviditetssymptom med hänvisningar till BabyCenter i USA.

Terve.fi erbjuder den sjunde sidan, som även den är bekant från sökning på ”raskaus”. Man leds in till webbsidans tema om graviditet och väntan och kan klicka sig vidare till artiklar kring ämnet.

Den åttonde sidan är också terve.fi och läsaren får åter igen ta del hur man känner igen graviditetssymptom. Skribenten är journalist och hänvisar till en annan artikel på webbsidan samt en kommersiell amerikansk webbsida: eHow (eHow, 2016). Det finns alltså ingen pålitlighet på denna sida heller.

Sanoma Media Finland Oy är igen med på listan med Ilta-Sanomat nättidning, som var sista webbsidan på Googles lista. Artikelns författare skriver om vilka födoämnen den gravida kvinnan skall undvika, som t.ex. fisk, lakrits och kaffe, och hänvisar till THL, Mannerheims barnskyddsförbund och Terveyskirjasto men inte direkt till källan. Detta gör det svårt att lita på sidan.

I nedanstående tabell presenteras resultaten av Google-sökningen enligt sökord, webbsidor, webbsidans motiv, tillförlitligheten enligt resultat. Webbsidorna är listade i samma ordning de presenteras efter sökningen i sökmotorn. Om en webbsida fått ”NJA” på tillförlitligheten anses den som opålitlig, beroende på att sidan har bra källor men helheten inte är tillräckligt trovärdig. Wiki-relaterade sidor har JA/NEJ pga. att vem som helst kan skriva informationen på sidorna, trots att källorna och innehållet granskas kontinuerligt av upprätthållarna av sidorna och de anses därför som opålitliga.

SÖKORD + mängd	Webbsidor	Varför?	Tillförlitlighet	Tillförlitlighet /alla sidor
Raskaus 540,000	Vau.fi	Stöd&vinst	NEJ	3/9
	Terve.fi	Stöd&vinst	NEJ	
	Raskaus.info	Stöd&vinst	NEJ	
	Wikipedia.org	Fri information	JA/NEJ	
	Terveyskirjasto. fi x2	Hälsofrämjan de information	JA	
	Wiktionary.org	Fri information	JA/NEJ	
	Vauva.fi	Stöd&vinst	NEJ	
	Hus.fi	Hälsofrämjan de information	JA	
Raskaus oireet 541,000	Vau.fi x2	Stöd&vinst	NEJ	0/10
	Terve.fi	Stöd&vinst	NJA	
	Meidanperhe.fi	Stöd&vinst	NEJ	
	Kaksplus.fi	Stöd&vinst	NEJ	
	Voice.fi	Stöd&vinst	NEJ	
	Keskustelu.anna .fi	Stöd&vinst	NEJ	
	Vauva.fi	Stöd&vinst	NEJ	
	Iltasanomat.fi	Stöd&vinst	NEJ	
	Vauva.info	Stöd&vinst	NEJ	
Raskaana 425,000	Vau.fi x4	Stöd&vinst	NEJ	
	Wikipedia.org	Fri information	JA/NEJ	
	Terve.fi x3	Stöd&vinst	NEJ	
	Iltasanomat.fi	Stöd&vinst	NEJ	0/9
	3/28			

Figur 3. Tabell över resultaten av Google-sökningar.

11 DISKUSSION

Till diskussionen hör att man kort presenterar arbetet i sig, dess syfte och resultat (Eriksson & Wiedersheim-Paul, 2001: 146). Här skall arbetets alla delar sammanföras till en helhet, man diskuterar arbetets tankvärda delar och återspeglar resultatet mot den teoretiska referensramen. (Bergeling & Tebelius, 1987:139).

Målet med detta examensarbete är att ta reda på vad man hittar för information på webbsidorna Google listar upp efter sökord anknytna till graviditet. Tanken, som hela arbetet står på, är att den ökade användningen av internet till en stor del påverkar hur kvinnorna tänker och handlar i dagens värld och de tar mycket intryck av vad webbsidorna ger för information. Frågeställningen blev således: Hurdan information hittas på webben om graviditet och hälsa för blivande mammor? Efter att ha gjort sökningarna var det lätt att konstatera att största delen av informationen på webbsidorna på Googles första sida inte nådde kraven på tillförlitlighet och att kvinnor läser mycket kommersiella sidor vars fakta inte alltid är särskilt evidensbaserad.

11.1 Resultatet utgående från den teoretiska referensramen

Som teoretisk referensram valde jag Katie Erikssons syn på hälsa som rörelse och integritet samt *hälsoinformation*. Utgående från Erikssons tanke om integrationen som målinriktad (Eriksson, 2000: 69) kan man säga att kvinnorna som söker informationen strävar efter en bättre framtid och förbättring, och vill på så sätt få svar på sina frågor kring graviditeten för att säkra barnets och deras egen hälsa. Men efter granskningen av webbsidorna märks hur opålitliga källorna är till informationen som kvinnorna läser, vilket gör att deras egna mål eventuellt inte fullgörs pga. att de tar till sig fakta som nödvändigtvis inte stämmer. Enligt Lagan et alii påverkar internet kvinnorna i deras beslutfattande angående sin graviditet (Lagan et al., 2011) och med tanke på tillförlitligheten på webbsidorna kvinnorna besöker är detta inte positivt.

Tanken om hälsa som rörelse betyder, enligt Eriksson, att människan känner att hon själv påverkar sitt liv och sin hälsa. Människan har möjligheten att bestämma om sin hälsa och hur hon handlar för att få hälsa. När det kommer till människans begär, är

det frågan om en rörelse mot något eftersträvansvärt och något man är intresserad av. (Eriksson, 2000: 54-55) Utgående från dessa tankar kan sägas att kvinnorna känner att de påverkar sin egen hälsa och framtid genom att själva gå in på internet för att fatta beslut om sina levnadsvanor under graviditeten. Kvinnan har ett begär efter bättre och hälsosammare vanor för sin och sitt barns skull, vilket gör att de går in på internet för att se till att de agerar enligt de senaste rönen och för att få stöd för sina åsikter om hur man skall vara som gravid, något som också Romano tangerar i hennes studie (Romano, 2007).

All information som är till för att upprätthålla och få god hälsa samt för att hjälpa till beslutsfattande inom hälsa räknas till hälsoinformation (eHealth Ethics Initiative, 2000). Webbssidorna kvinnorna läser innehåller hälsoinformation, men är nödvändigtvis inte de bästa för beslutsprocessen. Läsaren överrumplas med åsikter från olika personer och ibland forskningar, tillika som sidorna översvämmas av reklamannonser och bilder, som kan snedvrída kroppssynen. Kombinerar man det här med kognitiv-känsligheten, som nämndes i kapitlet om tidigare forskning blir resultatet inte tillfredsställande; det är knappast en lätt sak för gravida att plocka fram det väsentliga i texten när man redan är stressad över ett visst ämne och söker fakta på webben samtidigt som bilder och reklam tutar ut budskap som eventuellt är förvridna eller inte ens adekvata. Kopplas ytterligare health literacy in i bilden ser man problemet ur ett bredare perspektiv. Det är individen själv som skall dra slutsatser baserade på den information som behandlas och samhällets uppgift är att se till att hon har förutsättningar att dra dessa slutsatser på rätt sätt (Ringsberg et al., 2014: 13). Frågan är om kvinnorna, som besöker webbsidorna för hälsoinformation, har tillräckligt god health literacy och kan fatta de rätta besluten för en bättre hälsa. Har samhället och staten på något sätt gett den rätta kunskapen för kvinnorna för att ha en god health literacy? Dessa är följdfrågor till detta arbete och det är mycket viktigt att få svar på dem i vidare forskning.

11.2 Diskussion kring resultatet

I kapitlet om tidigare forskning nämner två amerikanska forskningar problematiken med kvinnor som kommer till mottagningen med missvisande fakta om graviditet (Powell et al., 2011), (Baazeem & Abenhaim, 2014) samtidigt som den italienska

forskningen angav att 95 % av de gravida kvinnorna använder internet som informationskälla vid graviditeten (Bert et al., 2013). Kombinerar man dessa fakta med att 92 – 95 % av finska kvinnor i fertil ålder är på internet dagligen (Eurostat, 2014) fås en stark antydning om att vi även i Finland har ett problem, då resultatet i denna forskning berättar att många av webbsidorna kvinnorna besöker inte är tillförlitliga.

Vikten av att Finlands Sjuksköterskeförbund lyckas i sina planer på att utveckla eHälsan, få ett system som verkligen fungerar och där vårdare på ett effektivt sätt kan stöda patienterna i navigeringen på internet (Sairaanhoidajaliitto, 2016) är enorm och tidpunkten för denna utveckling kunde inte komma senare. När förbundet självständigt tillräcklig framgång i utvecklingen är knappast sannolikt och fler aktörer från statens sida behövs för att nå fram till alla finländare i frågan om health literacy.

Resultatet visade att sökning på ordet ”raskaus” gav två sidor av Terveyskirjasto, som är en säker och evidensbaserad webbsida och är till för allmänheten (Terveyskirjasto, 2015). Detta visar att något gått i rätt riktning med tanke på WHO-konferensen i Mexiko 2000, där det bestämdes att det krävs utveckling inom alla sektorer i samhället för att förbättra hälsofrämjande arbete (WHO, 2000). Att Terveyskirjasto är tillgängligt för alla och att där finns väsentliga fakta är ett viktigt steg i utvecklingen av detta arbete, men ifall kvinnorna som letar efter information om graviditet inte inser att ta sig till deras sidor istället för vau.fi är det ändå något som inte fungerar i samhällets arbete.

Med tanke på vad Framtidsutskottet haft för planer 2006 om Finlands social- och hälsovård för år 2015, kan man ju säga att elektroniska tjänster tagit över branschen idag och att landet gått mot ett mer individcentrerat samhälle angående ansvaret för sin hälsa. Men om finländarna har hittat till de trygga och pålitliga informationskällorna som utskottet hade tänkt sig att de skulle använda sig av då de vill fatta beslut om sina hälsomöjligheter och -val är svårt att säga (Framtidsutskottet, 2006). Utskottet talar om ökat hälsofrämjande arbete samt mer och lättare rådgivning åt folket tillika som man med hjälp av teknologin gör det enklare för individens ansvarstagande gällande sin hälsa (Framtidsutskottet, 2006), men ser man hur läget är idag, t.ex. vilka nätsidor som används vid beslutstaganden angående graviditet, är verkligheten inte lika rosig som den var förutspådd att vara. I dagens framtidsplaner av finansutskottet handlar det endast om sparåtgärder i den offentliga sektorn och att teknologin utnyttjas utförligare för att minska på utgifterna (Statsrådet, 2016:6). Den

ökade personliga rådgivningen som det talades om år 2006, ser inte ut att bli verklighet inom en snar framtid med tanke på underskottet i den offentliga sektorns ekonomi, som för tillfälle har en skuld på 60 % i förhållande till Finlands Bruttonationalprodukt, BNP, dvs. 126,36 miljarder euro (Statsrådet, 2016:5, 9). Finns det i stadsbudgeten tillräckligt med pengar för hälsofrämjande arbete för att skapa ökade möjligheter för personer att läsa mer evidensbaserade och pålitliga källor på internet, som förhöjd synlighet av Terveyskirjasto, och öka på möjligheten till förbättrad health literacy är inte sagt i dagens läge. Förhoppningsvis ser beslutsfattarna värdet av ett sådant arbete och planerar in åtminstone någon slant åt det.

12 KRITISK GRANSKNING

I slutet av en forskning hör det till att skribenten granskar sitt arbete kritiskt och värderar hur studien genomförts tillika som resultatet ses över noggrant. Det är också relevant att blicka över forskningen med bredare perspektiv och ge förslag på framtida forskning (Bergeling & Tebelius, 1987: 139).

Syftet med arbetet var att få en inblick i och större förståelse för hurdan information kvinnor hittar på webben angående graviditet och hälsa och frågeställningen blev således: ”Hurdan information hittas på webben om graviditet och hälsa för blivande mammor?”. Efter att ha gått genom resultatet kan man konstatera att forskningen uppfyller dess syfte och att den centrala frågan blev besvarad, vilket är det essentiella i en forskning och ger den validitet och relevans (Eriksson & Wiedersheim-Paul, 2001: 150).

Metoden som valdes var Google-sökningar, eftersom den ansågs lämplig för att få fram de webbsidor kvinnorna använder sig av, då Google är den mest använda sökmotorn (eBizMBA, 2016) och gav därför ett resultat som är användbart utgående från målet med arbetet. Alternativt skulle man kunnat göra en enkätstudie och fråga kvinnor vilka webbsidor de använder sig av och detta kunde vara en framtida forskning där man samtidigt kunde jämföra med resultatet från denna undersökning. Som nämndes i inledningen var tanken med skribentens examenarbete att intervjua gravida om deras självupplevda hälsa och genom en intervjustudie skulle det även vara möjligt

att få fram vilka webbsidor kvinnorna besöker för information om graviditet och hur dessa sidor eventuellt påverkar deras välmående under havandeskapet.

Genom att utnyttja Google Trends erhöles de sökord man använder sig av på Google och således var sökningen relevant och resultatet därför tillförlitligt. Googles resultat är dock ständigt föränderligt och gör man studien på nytt kommer resultaten garanterat inte att vara samma då de nämnda webbsidorna kan vara andra i framtiden. Positivt skulle det vara om Google skulle hänvisa en till andra sidor och med ökat hälsofrämjande arbete är det önskvärt om mer evidensbaserade sidor anges i framtiden.

En svaghet i arbetet är möjligen att endast tre Google-sökningar gjordes och att inte fler med de sökord som Googles funktion Related Searches angav, vilka skulle ha varit ”kuukautiset raskaus”, ”kohdunulkoinen raskaus” och ”raskaustesti”. Men med tanke på hur få dessa sökningar var i förhållande till ”raskaus”, ”raskausoireet” och ”raskaana” anses samplet tillräckligt för att få ett valitt och generaliserbart resultat.

Vid sökning av tidigare forskning var ett inklusionskriterium att artikeln skulle finnas tillgänglig i fulltext, vilket betyder att artiklar, som skulle varit nyttiga för forskningen men inte var åtkomliga, blev utanför. Denna undersökning lider här en aning och skulle ha fått ett större djup och mer perspektiv på ämnet ifall skribenten haft möjlighet att nå alla relaterade forskningar eller åtminstone gjort större ansats att hitta artiklarna via någon annan portal än Arcadas.

Insamlandet av artiklar gjordes i början av arbetes process, då arbetet kändes svårt att greppa och vinklandet av arbetet inte ännu var slutgiltigt. Således påverkades valen av sökord och själva sökningarna av skribentens dåliga självförtroende gällande arbetet. Artikelsökningarna gjordes i ett tidigt skede vilket gör att nyare artiklar och forskningar kunde ha varit tillgängliga i ett senare skede av arbetets gång och om dessa skulle ha inkluderats kunde arbetet ha fått större bredd och reliabilitet.

Skribenten har en viss förförståelse för ämnet och problemet med att kvinnor söker information på nätet, men har trots detta försökt åsidosätta detta och vara objektiv under forskningens gång. Möjligen kan förförståelsen ha påverkat ordval undermedvetet och således kan denna förståelse ha förmedlats via texten till läsaren, en detta är som sagt inte medvetet och förhoppningsvis påverkas inte validiteten.

Efter den kritiska granskningen kan man säga att skribenten varit noggrann och att inga större systematiska fel har gjorts under studiens gång, vilket gör arbetet reliabelt

och tillförlitligt, vilket är förutsättningarna för en god forskning (Eriksson & Wiedersheim-Paul, 2001:150)

12.1 Arbetslivsrelevans & Framtida forskning

Detta examensarbete ger mer inblick hurudan information kvinnor tar del av under graviditeten och på så sätt mer förståelse för hur kvinnorna tänker och agerar under graviditeten. Vårdpersonal kan med hjälp av resultatet bemöta de blivande mammorna på rådgivning och avdelning med större insikt i situationen och problemet, samtidigt som vårdarna kan ge stöd och hjälp med att råda mödrarna att använda sig av mera evidensbaserade webbsidor och lugna dem i fall missuppfattningar skett pga. felaktiga upplysningar på nätet.

För Institutet för hälsa och välfärd är resultatet något de måste ta tag i och ökat hälsofrämjande arbete angående förbättrad hälsoinformation på internet är nödvändigt. Frågan är om det finns tillräckligt med resurser för arbetet, vilket diskuteras vidare i arbetets Diskussion.

När det gäller framtida forskning vore det nyttigt att gå ut till de gravida kvinnorna och fråga dem personligen vilka nätsidor de besöker för att hitta sin information om hälsa under graviditeten, för att få djupare kunskap om ämnet. Något som skribenten eventuellt själv kommer gå vidare med.

Hur mycket sjuksköterskor kan om health literacy i dagens läge är även något man kan ta fasta på, för att se om de kan stöda patienterna i ett hälsosamt internetbeteende. Detta kunde göras från både vårdarnas och patientens perspektiv genom kvalitativa studier, för att möjligen utveckla vårdutbildningen samtidigt som man skulle få med patienternas synvinkel på tillräckligt stöd och rådgivning.

13 KÄLLOR:

Agree, Emily M.; King, Abby C.; Castro, Cynthia M.; Wiley, Adrienne & Borzekowski; Dina LG. 2015, *“It’s Got to Be on This Page”: Age and Cognitive Style in a Study of Online Health Information Seeking*, Journal of Medical Internet Research, Publicerad: 24.03.2015, Hämtad: 11.04.2016, Tillgänglig: <http://www.jmir.org/2015/3/e79/>

Arcada Research, 2015: *The Developer of Digital Health and Welfare Services*, Arcada Research, Development & Innovation, Arcada 2015, Hämtad: 6.1.2016 Tillgänglig: <http://rdi.arcada.fi/dediwe/en/>

Atkinson, Nancy L.; Laperstein, Sandra L. & Pleis, John. 2009, *Using the Internet for Health-Related Activities: Findings From a National Probability Sample*, Journal of Medical Internet Research, Publicerad: 20.02.2009, Hämtad: 11.04.2016, Tillgänglig: <http://www.jmir.org/2009/1/e4/>

Baazeem, Mazin & Abenhaim, Haim. 2014, *Google and Women's Health-Related Issues: What Does the Search Engine Data Reveal?*, Online Journal of Public Health Informatics, Publicerad: 16.10.2014, Hämtad: 11.04.2016, Tillgänglig: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4235320/#r12>

Babycenter, 2016, *BabyCenter Advisory Board*, BabyCenter L.L.C Hämtad: 25.4.2016 Tillgänglig: <http://www.babycenter.com/prkit-advisoryboard>

Beck, Francois; Richard, Jean-Baptiste; Nguyen-Thanh, Viet; Montagni, Ilaria; Parizot, Isabelle & Renahy, Emilie. 2014, *Use of the internet as a health information resource among French young adults: results from a nationally representative survey*, Journal of Medical Internet Research, Publicerad: 13.05.2014, Hämtad: 11.04.2016, Tillgänglig: <http://www.jmir.org/2014/5/e128/>

Bergeling, Ann-Sofie & Tebelius, Ulla i red.: Patel, Runa & Tebelius, Ulla. 1987, *Grundbok i forskningsmetodik*, Lund: Studentlitteratur, s. 184

Bert, Fabrizio; Gualano, Maria Rosaria; Brusaferrò, Silvio; De Vito, Elisabetta; de Waure, Chiara; La Torre, Giuseppe; Manzoli, Lamberto; Messina, Gabriele; Todros, Tullia; Torregrossa, Maria Valeria & Siliquini, Roberta. 2013, *Pregnancy e-health: a multicenter Italian cross-sectional study on internet use and decision-making among pregnant women*, Journal of Epidemiology & Community Health, Publicerad: 26.09.2013, Hämtad: 17.03.2016
Tillgänglig: <http://jech.bmj.com/content/67/12/1013.abstract>

Bidmond, Sonja & Terlutter, Ralf. 2015, *Gender Differences in Searching for Health Information on the Internet and the Virtual Patient-Physician Relationship in Germany: Exploratory Results on How Men and Women Differ and Why*, Journal of Medical Internet Research, Publicerad 17.06.2015, Hämtad: 17.03.2016
Tillgänglig: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4526954/?report=reader#_ffn_sectitle

eBizMBA, 2016, *Top 15 Most Popular Search Engines / January 2016*, Publicerad: 12.1.2016 Hämtad: 16.1.2016 Tillgänglig: <http://www.ebizmba.com/articles/search-engines>

eHealth Ethics Initiative, 2000, *eHealth Code of Ethics*, Publicerad: 18.05.2000 Hämtad: 16.1.2016 Tillgänglig: <http://www.ihealthcoalition.org/wp-content/themes/IHC-theme/code0524.pdf>

eHow, 2016, Christa Miller: *Ways to Tell You Are Pregnant Without a Pregnancy Test*, Demand Media Hämtad: 26.4.2016 Tillgänglig: http://www.ehow.com/way_5129693_ways-tell-pregnant-pregnancy-test.html

eMarketer, 2014, *Smartphone Users Worldwide will Total 1.75 Billion in 2014*, eMarketer Publicerad: 16.01.2014 Hämtad: 02.12.2015 Tillgänglig: <http://www.emarketer.com/Article/Smartphone-Users-Worldwide-Will-Total-175-Billion-2014/1010536>

Enberg, Cecilia. 2013, *Att analysera kvalitativ data/empiri*, Institutionen för ekonomisk och industriell utveckling - Företagsekonomi, Lindköpings Universitet Hämtad: 19.11.2015 Tillgänglig: <https://www.iei.liu.se/fek/722A35-examensarbete-30-hp/forelasning/1.446867/Attanalyserakvalitativadata.pdf>

Eriksson, Katie. 2000, *Hälsans Idé*, 2 uppl., Stockholm: Liber AB, s. 146

Eriksson, Lars Torsten & Wiedersheim-Paul, Finn. *Att utreda, forska och rapportera*, 7 uppl., Karlshamn: Lagerblad Tryckeri AB, s. 246

Eurostat, 2014, *Individuals - frequency of internet use* (isoc_ci_ifp_fu), Internet – Level of access, use and activities, Computers and the internet in households and enterprises, Information Society Statistics, Theme: Industry, Trade & Services, Eurostat, Europeiska Kommissionen Hämtad: 1.3.2016 Tillgänglig: <http://ec.europa.eu/eurostat/data/database>

Familjeliv, 2015, *Gravida är urlöjligen idag*, FamiljeLiv.se, Publicerad: 02.10.2015 Hämtad: 27.10.2015 Tillgänglig: <http://www.familjeliv.se/forum/thread/75827528-gravida-ar-urlojligen-idag>

Forskningsetiska Delegationen, 2012, *God vetenskaplig praxis*, Tutkimuseettinen neuvottelukunta Hämtad: 19.04.2016 Tillgänglig: <http://www.tenk.fi/sv/god-vetenskaplig-praxis-anvisningar>

Framtidsutskottet, 2006, *Terveysthuollon Tulevaisuus – Tulevaisuusvaliokunnan kannanotto vuoden 2015 terveydenhuoltoon*, Riksdagen, Publicerad: 3.2006 Hämtad: 9.5.2016 Tillgänglig: https://www.eduskunta.fi/FI/tietoeduskunnasta/julkaisut/Documents/ekj_3+2006.pdf

Google Trends, 2016, *Trends Help*, Google Hämtad: 21.03.2016 Tillgänglig: https://support.google.com/trends/answer/4359550?hl=en&ref_topic=4365530

Hillis, Ken; Petit & Michael; Jarrett, Kylie. 2013, *Google and the culture of search*, London: Routledge, s. 240

Janhonen, Sirpa & Nikkonen, Merja. 2001, *Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä*, Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö, s. 264

Kaksplus, 2016, *Käyttöehdot ja säännöt*, Kaksplus Hämtad: 25.4.2016 Tillgänglig:
<http://kaksplus.fi/help/terms>

Lagan, Brieger; Sinclair, Marlene & Kernohan, George. 2006, *Pregnant women's use of the internet: a review of published and unpublished evidence*, Evidence Based Midwifery, The Royal College of Midwives, Publicerad: 09.01.2006 Hämtad: 11.04.2016 Tillgänglig:
<https://www.rcm.org.uk/learning-and-career/learning-and-research/ebm-articles/pregnant-women%E2%80%99s-use-of-the-internet-a-review>

Lagan, Brieger; Sinclair, Marlene & Kernohan, W. George. 2011, *What is the impact of the Internet on decision-making in pregnancy? A global study*, PubMed, Publicerad: 6.9.2011 Hämtad: 3.5.2016 Tillgänglig:
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=What+is+the+impact+of+the+Internet+on+decision-making+in+pregnancy%3F+A+global+study>

Mollom, 2014, *Web Service Privacy Policy*, Mollom BVBA, Acquia Hämtad: 21.4.2016 Tillgänglig:
<https://www.mollom.com/web-service-privacy-policy>

Petrescu, Philip. 2014, *Google Organic Click-Through Rates in 2014*, MOZ Publicerad: 1.10.2014 Hämtad: 19.11.2015 Tillgänglig: <https://moz.com/blog/google-organic-click-through-rates-in-2014>

Pewinternet.org, 2011, *The Social Life of Health Information, 2011*, Pew Research Center's Internet & American Life Project, Publicerad: 12.5.2011 Hämtad: 18.1.2016 Tillgänglig:
http://www.pewinternet.org/files/old-media/Files/Reports/2011/PIP_Social_Life_of_Health_Info.pdf

Potter, W. James. 2014, *Media Literacy*, 7 uppl., California: SAGE publications, s.536

Powell, John; Inglis, Nadia; Ronnie, Jennifer & Large, Shirley, 2011, *The Characteristics and Motivations of Online Health Information Seekers: Cross-Sectional Survey and Qualitative Interview Study*, Journal of Medical Internet Research, Publicerad: 23.02.2011, Hämtad: 18.1.2016 Tillgänglig: <http://www.jmir.org/2011/1/e20/>

Ringsberg, Karin C.; Olander, Ewy & Tillgren, Per. 2014, *Health Literacy – Teori och praktik i hälsofrämjande vård*, Lund: Studentlitteratur, s. 267

Romano, Amy M. 2007, *A Changing Landscape: Implications of Pregnant Women's Internet Use for Childbirth Educators*, PubMed Hämtad: 3.5.2016, Tillgänglig: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2174387/>

Rosing, Hans. 2006, *Att resonera logiskt: Inledning till logiskens grundbegrepp och metoder - Kapitel 6: Induktiv Logik*. Kurskompendium till grundkursen i logik. Åbo Akademi Hämtad: 16.11.2015 Tillgänglig: <http://web.abo.fi/fak/hf/filosofi/HRlogik/innehall.pdf>

Rowlands, Ingrid Jean; Loxton, Deborah; Dobson, Annette & Mishra, Gita Devi. 2015, *Seeking Health Information Online: Association with Young Australian Women's Physical, Mental, and Reproductive Health*, Journal of Medical Internet Research, Publicerad: 18.05.2015, Hämtad: 11.04.2016, Tillgänglig: <http://www.jmir.org/2015/5/e120/>

Rädda barnen rf, 2016, *Trovärdiga sidor*, Information till fostrare, Nätsäkerhetsarbete, Pelastakaa Lapset ry Hämtad: 20.04.2016 Tillgänglig: <http://www.pelastakaalapset.fi/se/verksamhet/natsakerhetsarbete/information-till-fostrare/trovardiga-sidor/>

Sairaanhoitajaliitto, 2016, *Sairaanhoitajaliiton sähköisten terveystalvelujen strategia vuosille 2015 – 2020*, Publicerad: 25.1.2016 Hämtad: 21.3.2016 Tillgänglig: https://sairaanhoitajat.fi/wp-content/uploads/2016/01/eHealth_strategia_Final.pdf

Sandberg, Helena & Möllerström, Veselinka i red.: Ringsberg, Karin C.; Olander, Ewy; Tillgren, Per. 2014, *Health Literacy – Teori och praktik i hälsofrämjande vård*, Lund: Studentlitteratur, s. 267

Skoglund, Christer, 2012, *Hermeneutik i Praktiken - En kortfattad sammanfattning av hur en hermenutisk forskningsprocess kan gå till* 2012, Christer Skoglund – Egna texter Hämtad: 12.5.2016 Tillgänglig: http://www.c-skoglund.se/Crister_Skoglund/Egna_Texter/Poster/2012/11/21_Hermeneutik_i_praktiken_files/Hermeneutik%20i%20praktiken_1.pdf

Statsrådet, 2016, *Valtioneuvoston selonteko julkisen talouden suunnitelmasta vuosille 2017—2020*, Finlands Statsråd, Hämtad: 9.5.2016 Tillgänglig: https://www.eduskunta.fi/FI/vaski/JulkaisuMetatieto/Documents/VNS_3+2016.pdf

Terve.fi, 2016, *Esittely*, Oma Terveys Oy Hämtad: 21.4.2016 Tillgänglig: <http://www.terve.fi/esittely>

Terveyskirjasto, 2015, *Tietoa Terveyskirjastosta*, Terveyskirjaston info, Duodecim, Publicerad: 19.11.2015 Hämtad: 21.4.2016 Tillgänglig: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=tin00007

Tilastokeskus, Publicerad: 26.11.2015, *Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö* Hämtad: 16.1.2016 Tillgänglig: <http://tilastokeskus.fi/til/sutivi/>

Vauva.info, 2016, *vauva.infon mediatiedot*, Centauri Media Hämtad: 25.4.2016 Tillgänglig: <http://www.vauva.info/mediatiedot.html>

Voice, 2016, *Info ja Mediamyynti*, Bauer Media Oy Hämtad: 25.4.2016 Tillgänglig: <http://www.voice.fi/info-ja-mediamyynti>

WHO, 2000, *Mexico Ministerial Statement for the Promotion of Health - Actions*, Fifth Global Conference on Health Promotion, Health Promotion: Bridging the Equity Gap, Mexico City, World

Health Organization, Publicerad: 5.6.2000 Hämtad: 29.2.2016 Tillgänglig:

<http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/mexico/statement/en/index1.html>

Wikipedia, 2016, *Suomenkielinen Wikipedia*, Tietoja Wikipediasta, Wikimedia Foundation Hämtad:

21.04.2016 Tillgänglig: https://fi.wikipedia.org/wiki/Suomenkielinen_Wikipedia

14 BILAGOR

I bilagorna hittas alla vetenskapliga artiklar som tas upp i kapitlet tidigare forskning samt de webbsidor som granskats i resultatet, enligt samma ordning som sökmotorn Google.com listat dem.

14.1 Artiklarna

Författare	Artikels namn	År	Land	Nyckelord
Agree et al.	<i>"It's Got to Be on This Page": Age and Cognitive Style in a Study of Online Health Information Seeking</i>	2015	USA	Internet; age groups; eHealth; field dependence-independence; health literacy
Atkinson et al.	<i>Using the Internet for Health-Related Activities: Findings From a National Probability Sample</i>	2009	USA	Internet, Web, health behavior, consumer
Baazeem & Abenhaim	<i>Google and Women's Health-Related Issues: What Does the Search Engine Data Reveal?</i>	2014	Kanada	Information seeking behavior, internet, women's health
Beck et al.	<i>Use of the internet as a health information resource among French young adults: results from a nationally representative survey</i>	2014	Frankrike	Internet; access to information; health communication; information dissemination; trust; young adults
Bert et al.	<i>Pregnancy e-health: a multicenter Italian cross-sectional study on internet use and decision-making among pregnant women</i>	2013	Italien	Gynaecology; Health Promotion; Maternal Health
Bidmond & Terlutter	<i>Gender Differences in Searching for Health Information on the Internet and the Virtual Patient-Physician Relationship in Germany: Exploratory Results on How Men and Women Differ and Why</i>	2015	Tyskland	Gender differences; general practitioners; information seeking behavior; physician-patient relations; statistical factor analysis

Lagan et al.	<i>Pregnant women's use of the internet: a review of published and unpublished evidence</i>	2006	Irland	Pregnant women's use of the internet, information-seeking behaviour, published/unpublished evidence
Powell et al.	<i>The Characteristics and Motivations of Online Health Information Seekers: Cross-Sectional Survey and Qualitative Interview Study</i>	2011	Storbritannien	Information seeking behaviour, information seeking behaviour, internet, patient-provider communication, health services research
Rowlands et al.	<i>Seeking Health Information Online: Association with Young Australian Women's Physical, Mental, and Reproductive Health</i>	2015	Australien	Internet, women's health, young adults, health status, mental health, information seeking behavior

14.2 Webbsidorna som granskades:

Googlesökning med ordet "raskaus" gjord 21.4.2016:

1. <http://www.vau.fi/raskaus/>
2. <http://www.terve.fi/raskaus-ja-odotus>
3. <http://raskausaika.info/>
4. <https://fi.wikipedia.org/wiki/Raskaus>
5. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00159
6. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00966
7. <https://en.wiktionary.org/wiki/raskaus>
8. <http://www.vauva.fi/alue/raskaus>
9. <http://www.hus.fi/sairaanhoito/sairaalat/hyvinkaan-sairaala/synnytys/kysy-katiloita/Usein-kysyttya/Sivut/Raskausaika,-raskauden-suunnittelu-ja-vauvan-hyvinvointi.aspx>

Googlesökning med orden "raskaus oireet" gjord 25.4.2016

1. <http://www.vau.fi/raskaus/Olenko-raskaana/Raskausoireet-alkuraskaudessa/>
2. <http://www.vau.fi/raskaus/Olenko-raskaana/Ennen-raskaustestia---naista-oireista-tiedat-olevasi-raskaana/>

3. <http://www.terve.fi/raskaus-ja-odotus/naista-merkeista-tiedat-etta-olet-raskaana>
4. http://www.meidanperhe.fi/keskustelu/233757/ketju/_raskausoireet_ennen_plussaa
5. <http://kaksplus.fi/threads/ekat-raskaus-oireet.827876/>
6. <http://www.voice.fi/daami/terveys-ja-hyvinvointi/14-oiretta-jotka-paljastavat-raskauden-jo-ennen-positiivista-testia-59087>
7. <http://keskustelu.anna.fi/threads/kuinka-pian-raskausoireet-alkavat.1730488/page-2>
8. http://www.vauva.fi/keskustelu/531415/ketju/gallup_raskausoireetoireettomuus_ennen_positiivist
9. <http://www.iltasanomat.fi/terveys/art-20000000427245.html>
10. <http://www.vauva.info/foorumi/topic/3826-alkuraskauden-oireet-ennen-plussaa/page-3>

Googlesökning med ordet ”raskaana” gjord 26.4.2016:

1. <http://www.vau.fi/raskaus/Olenko-raskaana/Olenko-raskaana/>
2. <http://www.vau.fi/raskaus/>
3. <http://www.vau.fi/testit/Olenko-raskaana/>
4. <http://www.vau.fi/raskaus/Olenko-raskaana/>
5. <https://fi.wikipedia.org/wiki/Raskaus>
6. <http://www.terve.fi/raskaus-ja-odotus/naista-merkeista-tiedat-etta-olet-raskaana>
7. <http://www.terve.fi/raskaus-ja-odotus>
8. <http://www.terve.fi/raskaus-ja-odotus/nama-merkit-saattavat-tarkeitaa-etta-olet-raskaana>
9. <http://www.iltasanomat.fi/perhe/art-20000000741404.html>